



Методические рекомендации  
**«Риски  
дошкольников в  
цифровой среде»**

Румянцева Елена Александровна, начальник отдела  
цифровой трансформации и проектной деятельности  
МБОУ ОДПО ЦРО г.о.Самара



# Аннотация

Методические рекомендации предназначены для педагогов дошкольных образовательных организаций.

Методические рекомендации знакомят с основными рисками дошкольников в цифровой среде и их последствиями.

В целях преодоления рисков даны рекомендации для педагогов, а также представлены общие рекомендации для родителей детей дошкольного возраста по использованию электронных устройств в семье.

В конце методических рекомендаций приведен пример видеоматериала, который может быть использован педагогами при проведении родительских собраний по тематике киберпросвещения родителей детей дошкольного возраста.



## Риск 1. ПРЕВЫШЕНИЕ ЭКРАННОГО ВРЕМЕНИ

Под экранным временем обычно понимают то время, которое ребенок проводит за каким-либо экраном (компьютера, планшета, телефона, телевизора и т.д.)

Именно показатель экранного времени дошкольников вызывает наибольшую обеспокоенность среди родителей, психологов и педагогов.

	Москва	Казань	Якутия
Девочки	13,3 ч/нед.	21,2 ч/нед.	23,7 ч/нед.
Мальчики	14,1 ч/нед.	18,1 ч/нед.	28,6 ч/нед.
	Примерно 2 ч/день	Примерно 3 ч/день	Примерно 3,5-4 ч/день



## Риск 1. ПРЕВЫШЕНИЕ ЭКРАННОГО ВРЕМЕНИ

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

При злоупотреблении экранным временем у дошкольников отмечаются такие негативные явления, как:

- ✓ **Снижение продолжительности и качества сна.**
- ✓ **Склонность к перееданию** и, как следствие, предрасположенность к ожирению.
- ✓ **Увеличение агрессивности**, возникновение проблем с поведением и повышение уровня тревожности.
- ✓ **Снижение понимания эмоций.**
- ✓ **Уменьшение словарного запаса**, трудности в составлении рассказа.
- ✓ **Недостаточное развитие познавательных процессов.**
- ✓ **Снижение качества игровой деятельности.**



## Риск 1. ПРЕВЫШЕНИЕ ЭКРАННОГО ВРЕМЕНИ

### РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

- ✓ **Следуйте рекомендуемым нормам экранного времени** при планировании занятий и других видов деятельности согласно СанПин.
- ✓ **Используйте качественный образовательный контент.** Подбирайте программы и приложения, которые соответствуют возрасту ребенка и поставленным на занятии образовательным целям.
- ✓ **Используйте контент, который стимулирует активное участие** и взаимодействие, а не пассивный просмотр (например, слайды с викториной стимулируют дошкольников обсуждать изучаемую тему и т.д.).
- ✓ Используйте цифровые ресурсы **для поддержания тем**, которые изучаются на занятии, но **не заменяйте цифровым контентом занятие полностью.** Например, просмотр короткого видео может дополнить занятие по окружающему миру.
- ✓ **Личный пример.** Ограничьте использование личных цифровых устройств в образовательном учреждении, чтобы показать детям важность живого общения и совместной активности.



## Риск 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТ-СРЕДЫ

Согласно данным Института статистических исследований и экономики знаний НИУ ВШЭ за 2022 год, **68,3% российских детей от 3 до 6 лет имели доступ к Интернету.**

**Алгоритмы удержания внимания анализируют предпочтения ребенка** и предлагают ему контент и рекламу в соответствии с этими предпочтениями.

**Игровая зависимость** характеризуется повышением приоритета видеоигр над другими интересами ребенка и потерей контроля над игровым процессом. По данным отдельных исследований в видеоигры играют 54% российских дошкольников.





## Риск 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТ-СРЕДЫ

### ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКА

- ✓ Чрезмерное **увеличение экранного времени** за счет времени, проводимого в Интернете.
- ✓ **Снижение интереса к другим видам деятельности** (прогулки, занятия на свежем воздухе, игры, общение со сверстниками и родителями).
- ✓ **Негативная реакция** на ограничение доступа к Интернету (недовольство, истерики, агрессия).



## Риск 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТ-СРЕДЫ

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

- ✓ **Попадание на сайты, содержащие нежелательный контент** или контент не по возрасту (сцены насилия, предложения финансовых услуг и пр.).
- ✓ **Финансовое манипулирование** (сомнительные предложения за реальные деньги «улучшить способности» персонажа в игре, приобрести дополнительную игровую валюту; приглашение принять участие в лотереях; «подарочные акции»).
- ✓ **Негативное влияние на детско-родительские отношения:** ссоры и конфликты с родителями.



## Риск 2. ФОРМИРОВАНИЕ ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИНТЕРНЕТ-СРЕДЫ

### РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

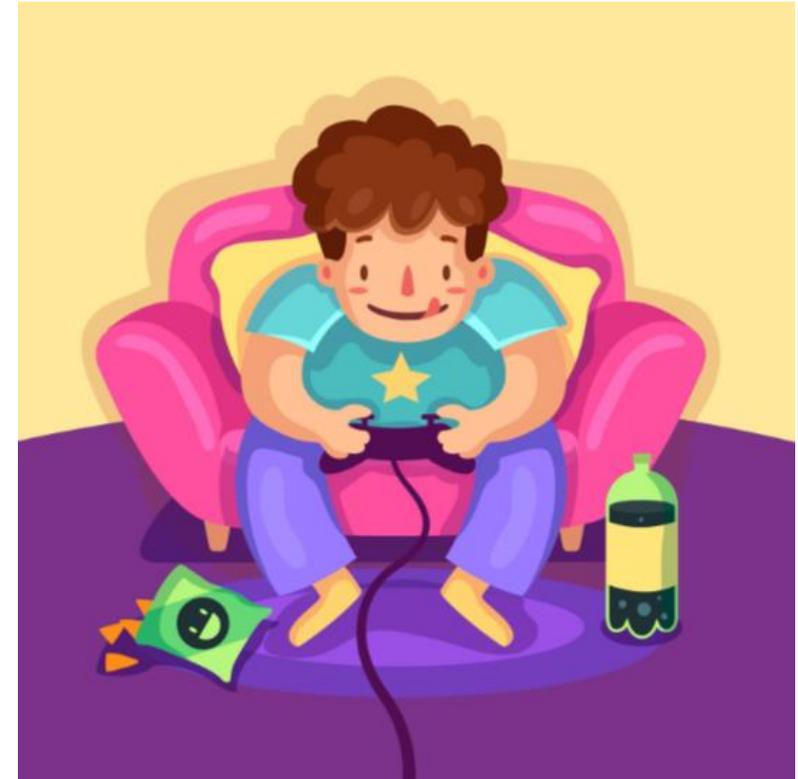
- ✓ Установите **четкие правила** относительно использования цифровых устройств в детском саду (на занятиях – ограничение по времени согласно СанПин, запрет на личные цифровые устройства у детей в детском саду).
- ✓ Знакомьте детей с возможностями цифровых технологий. В доступной для детей форме **рассказывайте о возможностях и рисках использования цифровых устройств.**
- ✓ **Познакомьте детей с понятием цифровой гигиены**, расскажите, почему важно ее соблюдать.
- ✓ Поддерживайте и **развивайте игровую деятельность детей.** Уделяйте особое внимание развитию сюжетно-ролевой игры, поощряйте интерес к настольным играм.



## Риск 3. РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С НЕПРАВИЛЬНЫМИ РОДИТЕЛЬСКИМИ УСТАНОВКАМИ

Согласно данным опроса, проведенного Центром междисциплинарных исследований современного детства МГППУ в 2023 году,

- ✓ **21,4%** родителей дошкольников **позволяют ребенку играть** в цифровые приложения, **чтобы он/она вели себя тихо;**
- ✓ **16%** родителей дают **поиграть,** когда хотят **занять чем-то ребенка;**
- ✓ **11,7%** предпочитают давать ребенку цифровые приложения, **чтобы отдохнуть;**
- ✓ **11,9%** используют их **в качестве поощрения.**





## Риск 3. РИСКИ, СВЯЗАННЫЕ С НЕПРАВИЛЬНЫМИ РОДИТЕЛЬСКИМИ УСТАНОВКАМИ

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

- ✓ **Подкрепление негативного поведения.** Дети могут начать манипулировать ситуацией, чтобы получить доступ к гаджетам.
- ✓ **Формирование неправильных мотивационных установок.** Использование экранного времени как награды или наказания может создать неправильные мотивационные установки.
- ✓ У ребенка **не развивается самостоятельная игра.** Дошкольник может занимать себя самостоятельной игрой. Эту способность можно и нужно тренировать. Самостоятельная игра или самостоятельные занятия дают ребенку и родителям возможность отдохнуть.



## Риск 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ДАВЛЕНИЕ: ИНФОРМАЦИЯ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННАЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

**Потенциально вредоносным может быть любой контент,** с которым сталкивается ребенок: картинки, аудио- и видеофайлы, ссылки на различные ресурсы, тексты (сцены насилия или призывы к агрессивному поведению, пропаганда употребления энергетиков или других веществ, нецензурная лексика и пр.).





## Риск 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ДАВЛЕНИЕ: ИНФОРМАЦИЯ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННАЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

### ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКА

С одной стороны, в силу возрастных особенностей **дети дошкольного возраста зачастую не понимают истинный смысл информации** и не могут оценить ее реальные риски.

С другой стороны, для **детей характерно упрощенно-положительное восприятие того, что связано с технологиями и гаджетами**. Таким образом, опасность взаимодействия детей с информацией, не предназначенной для них, — это зона повышенного внимания и контроля со стороны родителей.



## Риск 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ДАВЛЕНИЕ: ИНФОРМАЦИЯ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННАЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

- ✓ **Негативное воздействие на развитие ребенка.** Просмотр контента, содержащего информацию, не предназначенную для детей, может негативно влиять на психологическое и эмоциональное развитие дошкольника.
- ✓ **Чувство тревоги и страха.** Дети в разные периоды своего развития могут быть особенно чувствительны к сомнительной информации.
- ✓ **Возникновение сомнений в отношении традиционных норм и ценностей.** Родители и близкие взрослые прививают ребенку определенную систему ценностей, опираясь на общественные нормы и возрастные особенности развития ребенка. Доступ к нежелательному контенту может способствовать нарушению норм и ценностей, которые родители или воспитатели пытаются привить ребенку.



## Риск 4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ДАВЛЕНИЕ: ИНФОРМАЦИЯ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННАЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

### РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

- ✓ **Проводите просветительскую работу с родителями.** Познакомьте родителей с информационными рисками и другими видами рисков и расскажите о методах их профилактики.
- ✓ **Расскажите дошкольникам** в доступной для них форме **о рисках,** связанных с нежелательным контентом.





## Риск 5. МАРКЕТИНГОВОЕ ДАВЛЕНИЕ: РИСКОВАННЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

В основе маркетинговых рисков лежат маркетинговые инструменты, паттерны поведения и тонкие психологические уловки, созданные для манипуляции детьми.

### ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКА

- ✓ **Сбыт товаров, опасных для жизни и здоровья детей.** Дошкольники в силу возрастных особенностей развития не осознают реальную стоимость тех или иных вещей, поэтому они находятся в зоне риска по спонтанным покупкам товаров низкого качества и сомнительного содержания по завышенным ценам.
- ✓ **Продвинутые методики маркетинга.** Предпочтения ребенка отслеживаются маркетологами через аккаунты в играх или образовательных ресурсах. Сложные алгоритмы предлагают ребенку рекламу и контент согласно его предпочтениям с целью стимулировать покупательскую активность. Многие интернет-ресурсы и приложения, которые позиционируются производителями как детские, относятся к категории условно бесплатных. Они либо позволяют пользоваться бесплатно до определенного этапа, либо имеют несколько уровней платной подписки. Дошкольники часто попадают в ситуации, когда для того, чтобы приобрести какие-то преимущества в цифровой игре или открыть новый уровень, необходимо заплатить вполне реальные деньги.



## Риск 5. МАРКЕТИНГОВОЕ ДАВЛЕНИЕ: РИСКОВАННЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

- ✓ **Темные паттерны** — это особенности интерфейса сайта или приложения, которые вынуждают пользователя сделать то, что он не стал бы делать в обычной ситуации (например, подписаться на рассылку или согласиться с обработкой персональных данных). Дошкольники в силу возрастных особенностей моторики и неумения читать откликаются на темные паттерны, в результате им настойчиво предлагают приобрести какую-то услугу или продукт.
- ✓ **Кража личных данных.** Дошкольники легко могут стать жертвой мошенников, использующих персональные данные онлайн-покупателей.



## Риск 5. МАРКЕТИНГОВОЕ ДАВЛЕНИЕ: РИСКОВАННЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

- ✓ Потеря денежных средств.
- ✓ Потеря персональных данных как самого ребенка, так и его родителей.
- ✓ Приобретение через Интернет товаров сомнительного качества.





## Риск 5. МАРКЕТИНГОВОЕ ДАВЛЕНИЕ: РИСКОВАННЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

### РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

- ✓ **Проводите просветительскую работу с родителями.** Познакомьте родителей с маркетинговыми рисками и расскажите о методах их профилактики.
- ✓ **Расскажите дошкольникам в доступной для них форме** о рисках, связанных с маркетинговым давлением.
- ✓ Проведите с детьми групповую **игру по финансовой грамотности.**
- ✓ **Познакомьте детей с понятием личных данных.** Расскажите, что личные данные (имя, фамилию, адрес, телефон и т.д.) нельзя раскрывать посторонним — ни на улице, ни в цифровой среде.



## Риск 6. УГРОЗЫ, СВЯЗАННЫЕ С ТЕХНИЧЕСКИМИ АСПЕКТАМИ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ

### ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКА

- ✓ **Вероятность установки вредоносных программ**, вирусов и шпионского программного обеспечения. Дошкольник не может оценить реальные риски установки того или иного приложения (особенно учитывая тот факт, что ссылки на вредоносные программы часто скрываются за яркими картинками).
- ✓ Автоматическая **установка неизвестных приложений**.
- ✓ **Потеря** цифрового устройства.

### ПОСЛЕДСТВИЯ РИСКА

- ✓ **Нарушение технической исправности устройства**. Вредоносные программы могут снижать производительность устройства или мешать его нормальной работе.
- ✓ **Потеря личных данных**. Ряд вредоносных программ может собирать личные данные и личную информацию с устройств.



## Общие рекомендации родителям

✓ **Следуйте рекомендуемым нормам экранного времени.**

Детям **до 2 лет не рекомендуется** проводить время за какими-либо экранами — телевизоров, смартфонов, планшетов и т.д.

Детям **2–5 лет** рекомендуется проводить за экранами **не более 1 часа** в день.

Детям **6–11 лет** — **не более 2 часов** в день.

Время работы ребенка с развивающими приложениями не должно превышать 10–15 минут в день при непосредственном участии взрослого.



## Общие рекомендации родителям

- ✓ Обязательно **будьте рядом** с ребенком.
- ✓ **Не используйте гаджеты во время приема пищи и перед сном.**
- ✓ **Не используйте** гаджеты и медиаконтент **для отвлечения и успокоения** ребенка. Это может иметь негативные последствия для развития эмоционально-волевой сферы.
- ✓ **Не используйте дополнительное экранное время для поощрения ребенка.** Лучшим поощрением для дошкольника является время, потраченное на совместные прогулки и активные занятия на свежем воздухе.



## Общие рекомендации родителям

- ✓ **Развивайте в детях навыки саморегуляции.** Договаривайтесь с ребенком о моменте, когда нужно будет выключить/вернуть вам гаджет.
- ✓ **Установите ограничения** по допустимому времени пребывания в Интернете, по доступному для ребенка контенту, установите программы родительского контроля и фильтры поиска. Используйте игры и приложения, предназначенные детям соответствующего возраста.
- ✓ **Будьте примером в использовании цифровых устройств.** Не следует самому постоянно использовать гаджеты и держать их в руках во время общения с ребенком.
- ✓ **Создайте** в квартире или доме, где вы живете, **зону, свободную от гаджетов.** Можно, например, сделать такой зоной гостиную или договориться не приносить гаджеты в обеденную зону и выключать телевизор во время приема пищи. Эти правила должны соблюдаться всеми членами семьи.



# Дополнительные материалы для работы с родителями

Видеоролик для родителей [https://vk.com/video-26284064\\_456239886](https://vk.com/video-26284064_456239886)

Видеоролик для родителей [https://vk.com/video-26284064\\_456239886](https://vk.com/video-26284064_456239886)

Видео: Все, что важно - рядом с тобой! #ЖИТЬ  
545 тыс просмотров · 9 лет назад

Тасс ✓  
1,1 млн подписчиков

14,9 тыс | Поделиться

Мама дома?  
Мамы нет.  
Мама вышла.  
В интернет.  
Мама ищет  
В интернете,  
Как дела  
На белом свете.  
Кофе пьет,  
Глазами  
Водит -  
Что там в мире  
Происходит?  
Мама, я тебе  
Скажу!  
В мире  
Я прихожу!



(М.Рупасова)



## Источники

1. Риски в цифровой среде: диагностика, профилактика, коррекция: учебно-методическое пособие / Московский государственный психолого-педагогический университет; под ред. О.В. Рубцовой, Е.М. Шпагиной, А.А. Шведовской, Н.В. Дворянчикова. – М: МГППУ. – 2024. 152 с.
2. Видеоролик «Всё, что важно – рядом с тобой!». – URL: [https://vk.com/video-26284064\\_456239886](https://vk.com/video-26284064_456239886)
3. Иллюстрации с сайта Freepik. – URL: <https://ru.freepik.com/app>